

0~3歳のお子さんの
お母さん向け講座

ノーバディーズ・パーフェクト (NP) プログラム

完璧な親も子どももいません。

経験やアイデアを分かち合い、自分らしい子育ての仕方を見つけましょう！

ノーバディーズ・パーフェクト (NP) プログラムについて

Q.どんなことをするの？

A.参加者が日ごろ感じている悩みや関心のあることを、ファシリテーターと呼ばれる進行役と共に、みんなで話し合い、必要に応じてテキスト見ながら学び合います。講義を聴く形ではなく、参加型講座です。

Q.子どもは一緒にいられるのですか？

A.お子さんは別室で保育士が託児します。

お母さんたちだけでゆっくり話すことができます。



Q.全6回参加できないと申し込みはできないのですか？

A.原則6回(週1回、6回連続)参加ですが、「1回出られない」程度でしたらご相談ください。

Q.話したことは秘密にされる？ 何でも話さないといけないの？

A.参加者皆で、プログラムに必要な「やくそく」を決め、やくそくを守ってプログラムを行います。安心して参加するための「やくそく」はどのようなことでもお話しください。



● 日程 (全6回)

- ① 9月3日(木) ② 9月10日(木) ③ 9月17日(木)
④ 9月24日(木) ⑤ 10月1日(木) ⑥ 10月8日(木)

● 時間 10時~12時(受付9時45分~)

● 会場 ひとまちげんき・健康プラザうえだ 2階

● 対象 市内在住で0歳~3歳の子どもの母親

● 定員 10名

● 参加者が話しやすいように託児があります。事前に

※託児対象は6か月から4歳(年少児)です。

事前に託児をお申込みください。

● 受講料・託児料無料

● 申込みは8月21日(金)まで

● 申込み・問合せ先

中央子育て支援センター Tel 0268-26-3096

